

支え愛マップ座談会

笑顔あふれる安心の地域づくり



地域の知らなかつことに気づき、
住民同士で育む、日頃からの
おたがいさまと支え愛の想いがひとつに!!

令和2年3月
No.174

ほっとはあと

日吉津

発行・編集／社会福祉法人日吉津村社会福祉協議会（日吉津村社会福祉センター）

☎27-5351・FAX27-5931 E-mail:hiezunet@orange.ocn.ne.jp
ホームページ <http://www.hiezu-shakyo.org/>

支え愛マップ座談会

上2自治会・樽屋自治会は
5月号でお知らせします！

～誰もが普段から気に掛け合い、安心して暮らせる地域を目指して～

『不安を抱えて暮らしている人たちが、住み慣れた地域でいつまでも安心に暮らせるように、地域にいる者同士が普段から気に掛け合える』そんな地域であるように、支え愛マップ座談会を全自治会で開催し、5自治会合わせて95名（2月9日現在）という多くの方々にご参加いただきました。

みんなで地図を囲み『誰かの助け・声掛けを必要とする人、声掛けができる人』などの情報を盛り込んだ地図をつくる過程で、いろんな話ができ、『知らなかつたことへの気づき』『支え愛の意識』が醸成されました。

次のステップに向け、地域・社協・行政がワンチームとなり共働していきましょう！

今吉自治会 1/17

- サロンに誘うが、足が悪いなどにより参加できない人がいる。訪問して繋がりを持つようにしたい。
- 班内の人々に、普段からこまめに声掛けしている人がいる。やはり、隣近所の声掛けが大切。
- 新しい家の方々は、まだ顔がわからない。あいさつ程度で、声掛けが出来ずにいる。『繋がりがないからこそ、声を掛けに行く』ことが大切だと気付いた。

海川自治会 1/27

- 年一度、班の繋がりを深める班集会をしている。マップを使って班ごとに話すようにしたい。その時は、社協・役場も協力を！
- 気に掛けてもらっている分、2～3日留守にする時は心配を掛けないよう、伝えることも必要。
- 日中、お母さんと赤ちゃんだけになる家もある。気に掛けていかなければ。
- 近所の住民だから出来ること、役場や社協だから出来ること、それぞれ網掛けしてネットワーク作りが出来ると良い。

富吉自治会 2/9

- 困りごとやSOSは本人からなかなか言えない！身近な人が気づくことが大事！自治会が頼りになる。
- 『向こう三軒両隣の繋がり』『近くの者同士が気に掛け合う』ことがとても大切。
- 自主防災組織の役員は、防災以外も常に意識している。
- 一人が見守って歩くのではなく、『新聞が溜っていないか』など、見える範囲で意識し、変化に気づいた時は連絡するなど、一人ひとりが日頃から意識することが大切。

上1自治会 1/22

- 地域の人と繋がりが持てるよう、ご近所同士で気にかけ合いましょう。
- 独居のお宅に電気がついている？ゴミ出しが苦になってない？など自分に出来ることを支援していきたい。
- 『何かあった時は、自治会長が！』ではダメ!! 誰かがではなく、みんなで支え合い。
- 助けてもらいたいし、自分にもできることは手助けもしたい。
- 年齢に関係なく、支援を必要とする人もいる。気づきのネットワークで支援しよう。
- ラインの繋がりもある。情報共有して活動していきたい。

下口自治会 2/3

- 独居の方が多い。近隣の人が特に気にかける必要がある。
- 繋がりの希薄な班、地域との繋がりのない人をどうしていくかが課題。
- 住民・行政・社協が情報共有して進んでいけたら。
- 情報をより細分化し、災害時にも役立つマップにしていく必要がある。
- 『向こう三軒両隣の組長』による高齢者の見守りの強化をしていきたい。
- 消防団、看護師など、地域には専門職や行政のOBなど多くの協力者がいる。その方々も、心強い地域の協力者！！



下口自治会の様子



富吉自治会の様子

赤い羽根共同募金 ご協力ありがとうございました

今年度の赤い羽根共同募金運動には、たくさんの方々からご協力をいただき、ありがとうございました。

みなさまからお寄せいただいた募金のうち、3割が鳥取県内の民間福祉施設や福祉団体等へ助成されます。

残り7割が本村に助成され、福祉団体活動助成・子育て支援・小中学校の福祉教育・地域福祉活動などに使わせていただきます。

各申請団体への助成金については、3月開催の審査委員会で決定いたします。



ふれあいフェスタでのグッズ募金！
子どもたちに大人気！！

募金総額 (前年度比)

825,560円 (+59,725円)

内
訳

戸別募金	477,050円	(-21,057円)
法人募金	145,500円	(-6,837円)
街頭募金	52,352円	(+29,882円)
学校募金	8,441円	(+4,904円)
その他の募金	142,217円	(+52,833円)

※その他の募金…職域募金、募金箱、イベント時募金など



イオン日吉津店での街頭募金！
小学生の声掛けで、たくさんの方に
募金していただきました！

カラオケで大盛り上がり！

共同募金助成事業

『新春家族交流会』

～日吉津村手をつなぐ育成会～

1月3日、穏やかな天候の下、うなばら荘にて『新春家族交流会』を開催しました。年に一度のこの交流会は、ご家族と一緒に仲間と出会うことのできる場でもあり、とても温かな雰囲気での交流会となりました。

手作りのホタルのお面をかぶり、皆で記念撮影をパシャリ♪ 美味しいお料理に舌鼓を打ち、恒例のカラオケ大会も大盛況！！

今年もイオン日吉津店様より、たくさんの景品を寄贈していただき、お楽しみのbingo大会を締めくくりに、笑顔いっぱいの宴となりました。

これからも、一人ひとりが輝ける活動を通して、皆で成長していくける会にしていきましょう。



乾杯～！！



久々の再会に笑顔でパシャリ♪



♪ナンバーワンにならなくてもいい～～♪

お問い合わせ 日吉津村手をつなぐ育成会事務局（福祉センター内）☎27-5351

*日吉津村手をつなぐ育成会では、一緒に活動してくださる会員を随時募集しています。

共同募金
助成事業

“フレイルを予防する食事作り”に挑戦!! ～男性が作る簡単で美味しい料理～

2月20日、ヴィレステひえづで、男性のための料理教室が開催されました。

参加者は、男性11名と支援の女性部員8名。

初めに、管理栄養士 段塚万琴さんの「フレイルを予防する食生活」の講話を聴き、健康寿命を延ばすコツを学びました。

メニューは、寒いこの時期に温まる【団子汁、豚肉の生姜焼き】で、“フレイル予防の簡単レシピ”をもとに作りました。

料理教室の感想

- ・普段は食べるだけで、料理は簡単だと思っていた。
- いざ作ってみると大変で、家内の変化が分かった。
- ・家に帰って作ってみます。



団子汁の白玉粉に水を入れて…。

障がい者の交流会

温かい鍋と楽しいレクで盛り上がった交流会♥

2月1日(土)、福祉センターで毎年恒例の鍋パーティーを開催しました。

今年は、ボランティアを含め総勢43名が集まり、とても賑やかな楽しい会となりました。準備から片付けまでそれぞれが役割をもち、会場設営・おにぎり・アイスサンドクッキー・食材の準備を行いました。鍋は『キムチ鍋』『米こうじ白湯鍋』『白菜鍋』『ごま豆乳鍋』『寄せ鍋』の5種類を用意。それぞれがいろんな味を食べ歩き、楽しむ人もありました。

食後は、ボランティア 福寄広之さんのレクリエーションでさらに大盛り上がり。福寄さんのギター伴奏に合わせ、「歌に!」「ゲームに!」「楽しいトークに!」みんなが一つになり、楽しいひと時を過ごしました。



ホイップクリームを
ビスケットに挟んで冷凍庫に!



お花紙づくりに集中!



三角に握るのが難しい!



いっぱい食べてよ~!



リズムボール送りで頭を使いました

♥野菜のご提供
ありがとうございました♥



予防事業に参加の3名の方が、『白菜・大根・しょうがいん大根・春菊』を寄付してくださいました。食材提供ボランティアとしてのご協力に感謝!!

また、『ネギ』もいちごの広場さんから寄付していただき、とてもおいしくいただきました。

老人クラブ研修会 加齢がもたらすカラダの変化と予防

～多くの会員が学びと交流で充実したひと時を過ごしました～

1月30日、老人クラブ連合会の全会員を対象とした研修会が開催されました。お二人の講師をお招きし、48名の多くの参加者が貴重なお話を聴きました。一人目の講師は中田達彦村長。「100年先も住みよい日吉津村の実現に向けて」と題し、現在の取り組みとこれから展望について分かりやすくお話ししてくださいました。

お二人目の講師は、博愛病院ドック健診センター長代理 外科部長 木村修先生。

『加齢がもたらすカラダの変化と予防』と題し、①口コモの予防 ②認知症 ③悪性腫瘍 ④メタボリックシンドロームについてお話してくださいました。これからの生活に活かされる内容で、全員が興味深く聞き入りました。

講演終了後は茶話会を行い、地区のメンバー同士でおいしいケーキとお茶で楽しく会話が弾み、会員同士の懇親を深めました。

次回は、入会希望の方も一緒に楽しい時間を共有できたらと思います。



研修会の感想

- ・村のご近所づきあいの豊かさを感じられました。
- ・この年齢（70歳代）でも、お手伝いできることがあると思いました。
- ・老人クラブの年齢に合った内容でした。茶話会では、おいしいケーキを頂きながら、日頃出会わない人たちと楽しい時間を過ごせました。
- ・フレイル予防のお話を聞いて、社会参画の機会を増やそうと思いました。



あなたにズーム

福寄 広之さん（下口）

～地域の方々に笑顔を届けよう！～

「度々報道される児童虐待のニュース。“私に出来ることはない”“子ども達にキラキラした笑顔を届けたい”の思いの末に思いついたのが、「おとあそびボランティア」でした。」と話す福寄さん。

昨年2月には、ボランティア団体【EGAO】を立ち上げ、「地域の方々に笑顔を届けよう、笑ってもらう時間を提供させていただこう」と、保育園・子育てサロン・老人ホーム・児童館などで活動！一人の活動から、今や全国7か所、海外1か所計10名に活動の輪が広がる。

下口自治会では『向こう三軒両隣組長』の役割も担い、障がい者の交流会ではボランティアとして今年も参加者に笑顔を届けた。



うたとレクでみんなを笑顔に！

地域のイベントに呼んでください!!

まいあがれ

“書いて飛ばそう空高く”

“とんどさん”で舞い上がった書初めに歓声！

1月4日、村内の老若男女12名が福祉センターで書初めを行いました。

これは、『伝統行事“とんどさん”で書初めを燃やすことを復活させると同時に、“とんどさん”に参加する人たちを増やし、地域行事を盛り上げよう！！』と、書を楽しもうのボランティアが中心となり、初の試みで行なったものです。

“とんどさん”では、子どもたちが書初めを燃やす姿が見られ、空高く舞い上がる光景に歓声が沸き、笑顔いっぱいの行事となりました。



ボランティアの
手厚い指導



見事にまいあがる半紙

デイサービス

みんなのパワーで鬼を撃退!! 鬼はそと!福はうち!

2月3日の午後のレクリエーションは、ちょうど節分ということもあり、デイサービスにいる悪い鬼をご利用者全員で退治してもらいました。

職員ふんする3頭の鬼目掛け、「え~い!
や~!」とお手玉をぶつけてみごと撃退!!

皆さんのおかげで邪気が払われ、福が
たくさん舞い込みました。



え~い!
退治してやる!

水中運動教室 参加者募集!!



専門指導員による、「温泉プール」を利用した水中運動です。

久しぶりに体を動かしたい方、腰や膝が痛い方、体力をつけたい方。どしどしご参加ください。

	期 間	時 間	申込み	申込み締切
①	4月20日(月)～ 6月29日(月)	14:00 ～ 15:00	全コース	4月6日(月)
②	7月6日(月)～ 9月14日(月)		3月16日(月)	6月22日(月)
③	9月28日(月)～11月30日(月)		より電話受付 開始	9月14日(月)
④	12月7日(月)～ 2月22日(月)			11月30日(月)

【曜 日】毎週月曜日 全10回

※但し祝日の場合曜日がずれる場合があります。

【対象者】65歳以上で運動制限のない方

【場 所】天然温泉ラピスパ 温泉プール(米子市淀江)

※送迎が必要な方はご相談ください。

【定 員】各7名

【利用料】1回 200円

【申し込み方法】3月16日から電話受付開始

初めての方を優先。

但し、定員を超えた場合抽選となります。

担当：前田

軽負荷で楽にできる最適な運動 「パワーリハビリ」 参加者募集



パワーリハビリって?

●マシントレーニングを軽負荷で
行い、使っていない筋肉を動か
します。
生活向上や生活動作が楽になる
ことを目的としたリハビリです。

【対 象】おおむね65歳以上の方で体力・筋力の低下により日常生活動作に不安を感じている方

【期 間】6ヶ月間(3ヶ月間:週2回、3ヶ月間:週1回)

【場 所】福祉センター 1階トレーニングルーム

【利用料】1回 200円

【内 容】血圧測定→準備体操→トレーニング→整理体操

※ご自身での来所が難しい方はご相談下さい。

担当：下村・前田

お申し込み・お問い合わせ 日吉津村社会福祉協議会 ☎37-1111

4月からの相談事業について

福祉センターでは、【司法書士相談】【家庭教育相談】【消費・生活相談】を開設しています。

より多くの方の相談を受けるために、下記のとおり実施します。

どうぞご利用ください。

司法書士相談 【要予約】 (第3木曜日)	5月21日(木)、8月20日(木) 11月19日(木)、2月18日(木) 【時間】13:30~15:30	無料
家庭教育相談	希望日時を伺い 専門機関におつなぎします	
消費・生活相談	希望日時を伺い、 民生児童委員又は、 専門機関におつなぎします	

ご予約・お問い合わせ
日吉津村社会福祉協議会 ☎27-5351

日吉津村手話サークル メンバーモニタリーリー

手話とは、手だけではなく顔の表情など身体全体を使って表現するコミュニケーション方法です。

日吉津村手話サークルでは、一緒に学び活動できるメンバーを募集中です。

サークルは、和気あいあいとした雰囲気で行っているので、初心者の方でも楽しく覚えることができます。

体験参加もOKです。活動日にぜひ、お越しください。

【時 間】19:30~20:45
【場 所】日吉津村社会福祉センター ☎27-5351
【会 費】500円(年間)

月	日	月	日
4	6、20	10	5、19
5	11、18	11	2、16
6	1、15	12	7、21
7	6、20	1	4、18
8	3、17	2	1、15
9	7、28	3	1、15

介護教室

高齢期の身体の変化と

食事づくりのポイント

いざという
時の為に

お茶や汁を
飲むと
よく咳が出る

家族みんなで
同じ物が
食べたいな~

風邪ひいて…
食欲がないけど
何食べといたら
いいの…?



【講 師】よなご幸朋苑 管理栄養士
三隅 智加子さん、澤田 香理さん
【日 時】3月11日(水) 13:30~15:00
【場 所】日吉津村社会福祉センター 2階大広間
【対 象】村内在住の方ならどなたでも
【参加費】無 料



試飲・レシピ
をご用意しております!!

若生会参加者募集

一緒に楽しみませんか?

【開催日時】毎週月曜日(祝日はお休み)
【場 所】日吉津村社会福祉センター
【対 象】・65歳以上の男性
・日吉津村に住所がある方



判断力と集中力の
『棒たおしゲーム』



判断力と瞬発力の
『ごま塩ゲーム』

【内 容】

- ・指の体操
- ・ニュースポーツ
- ・頭の体操
- ・トランプ、将棋、麻雀を使ったゲーム
- ・カラオケ、映画鑑賞
- ・お出かけ(春、秋)

担当：下村 ☎37-1111

令和2年度“ボランティア活動保険”を受付中です!!

事故発生件数の7割以上が転倒事故!

この保険は、活動中の事故によるけがや損害賠償責任、後遺障害を保証します。

- 基本プラン 保険料 350円
- 天災・地震補償プラン 保険料 500円



ご希望の方はボランティアセンターひえづ“ほほえみ”までお申し込み下さい。 ☎27-5351

1月号 頭の体操クイズの答えと正解者

(正解者)

(答え)
③ 番

上 1	三井重子 様 井中益江 様 中西準子 様 林原典子 様 棚田節子 様 居吹正子 様 飯島紀代子 様 京田ツタエ 様	上 2	石原廣子 様 下口 杉谷 笑 様 田中君江 様 坪内幹枝 様 元田園子 様 佐藤幸枝 様 中口峯子 様 深田ひろみ 様
上 2			

クイズのご応募、貴重なご意見・ご要望を寄せいただきありがとうございました。

- 数字がひらがなで難しかった。
- クイズを楽しみにしています。
- クイズと週1回の事業の参加を楽しみにしています。
- 広報誌、写真がたくさん載っているので楽しいです。

クイズが楽しみという声をたくさんいただきました。
ありがとうございます。これからも、いろんなクイズをお届けしたいと思いますますのでお楽しみに!!

日吉津村社会福祉センター ゴールデンウイーク中の 開館のお知らせ

4月28日から5月7日まで、
社会福祉センターは下記のとおり開館します。

4/28(火)	開館	5/3(日)	休館
4/29(水)	休館	5/4(月)	休館
4/30(木)	開館	5/5(火)	休館
5/1(金)	開館	5/6(水)	休館
5/2(土)	開館	5/7(木)	開館

※ご不明な点がありましたら、
社会福祉センターまでお問い合わせください。

ご寄付ありがとうございました

(12月26日～2月21日)

自治会名	寄付者	摘要
下 口	後藤嘉樹 様	香典返し(父・敏彦様死去)
上 2	三谷博子 様	〃 (夫・利行様死去)
富 吉	川口 洋 様	〃 (母・千枝様死去)
富 吉	中田登子 様	〃 (夫・徹様死去)
上 2	岩坂範子 様	〃 (夫・俊男様死去)

- 香典返し、見舞返し等の寄付は社会福祉協議会(社会福祉センター)で承ります。
- ご寄付いただいた方には礼状印刷を行っていますので、ご利用ください。(会葬礼状300枚、見舞返し礼状100枚まで無料)

先着20名の方に福祉センター
喫茶無料券1枚を差し上げます。

頭の体操クイズ

ひらがなで書かれた以下の文章を音読しながら、
①～⑤にある文字が何回出てきたか数えて下さい。
2番目に多いのは何番ですか?
(できるだけメモをしないで答えましょう。)

- ① あ ② い ③ う
④ え ⑤ お

しゃかいふくしきょうぎかいでは、こうれいしゃがすみなれたちいきで あんしんにくらせるよう「たすけあい・ささえあい」のちいきづくりを しえんしています。
また、こうれいしゃの「こころ」と「からだ」が いつまでもげんきでいられるよう、かいごよぼうじぎょうにもちからをいれ、たくさんのかたがりようしておられます。

※応募は、3月5日(木)から。福祉センターにある解答用紙にご記入の上、ご応募ください。